নুমিৎ ১৫নি চথখগদবা হোলি দে পিছ কেম্প হৌদোকখ্রে

অৱাং পানা তেঙ্গোল লাকপা লোয়শঙ হাংদোকখ্রে

ইম্ফাল, ফেব্রুৱারী ০৫ (ঐচ এন এস) : য়ুনিভর্সেল ফ্রেন্দশিপ ওর্গনাইজেসন (য়ু এফ ও)গী পব্লিসিটি সেক্রেটরি ৱাংলেন মৈতৈনা থাদোরকপা চেরোল অমনা নুমিৎ ১৫নি চুপ্পা চথখগদবা হোলি দে কেম্প অমা ঙসি য়ু এফ ও নোর্থ হেদ ক্বার্টর নম্বর ফোরদা হৌদোকখ্রে। লোয়ননা অৱাং মায়কৈ ঙাক্লবগীদমক 'অৱাং পানা তেঙ্গোল লাকপা লোয়শঙ' হায়বা অমসু হাংদোকখ্রে হায়রি।

হৌদোকপগী থৌরম অদুদা খুন্দ্রাকপম এ সীগী এম এল এ হান্নগী মণিপুর লেজিসলেটিভ এসেমব্লীগী স্পিকর ওইরম্বা থোকচোম লোকেশ্বরনা অথোইবা মীথুং, মণিপুর লৈঙাক্কী রিটায়র্দ জিওলোজিষ্ট ৱাঙ্খেমযুম ইনাওচানা থৌরম মপু, সোসল ৱার্কর অচোইবম দেবেননা ঈকায় খুম্নরবা মীথুং, ৩-মকেং দোলাইথাবী জিলা পরিষদকী মেম্বর নিংথৌখোংজম সনাতোম্বা অমসুং ৱাইতোন গ্রাম পঞ্চায়টকী প্রধান পুখ্রম্বম সুরবালা অনীনা অখন্নবা মীথুংশিং ওইনা শরুক য়াখি।

থৌরম অদুদা য়ু এফ ওগী ওইনা থৌ পুগদবশিংসু লাউথোকখি। চীফ ইন্সত্রক্টর ওইনা এল মোধুচন্দ্র মৈতৈ, কম্মান্দর ইন চীফ ময়াই লোয়শঙ ওইনা এস শরত মৈতৈ, এম শমোকান্ত কম্মান্দর (খানা পানা তেঙ্গোল লাকপা লোয়শঙ), এ ব্রোজেন কম্মান্দর (অৱাং পানা তেঙ্গোল লাকপা লোয়শঙ) অমদি তেঙ্গোল লাকপা লোয়শঙগা মরী লৈনবা ফম খরসু ভাইস প্রসিদেন্টনা লাউথোকখি।

ঙসিগী থৌরম অদুদা য়ু এফ ওগী ভাইস প্রসিদেন্ট আর কে সনাপরিহল, সেক্রেটরি জেনরেল ৱাই মৈরাবা, হোম সেক্রেটরি এল লোয়ুম্বা, ডা. কে মুক্তাম্না দিফেন্স সেক্রেটরি অমদি সেন্ত্রেলগী জেনরেল সেক্রেটরিশিং, কম্মান্দরশিং অমসুং য়ু এফ ওগী মৈতৈ লাল্লোয়শিংগা লোয়ননা শারৌথেলগী অকোয়বদা লৈরিবা মৈরা পায়বীশিং, ৱাইতোন অমসুং লম্লাইগী মৈরা পায়বীশিংগা লোয়ননা শারৌথেল ক্লব ওর্গনাইজেসনশিংনা শরুক য়াখি।

হৌখিবা চহী ২০২৩গী মে ৩দগী কুকি নার্কো টেররিষ্টশিংনা ইন্দিয়া গভর্ণমেন্টকা লৌতুনবা মানবা মওংদা মিলিটরি পোল্যুসন মৈত্রবাক অসিদা থোকহল্লক্লি। মখোয়না লান্দারক্তুনা মৈত্রবাক্কী ঙমখৈদা শিংনরকপগা লোয়ননা চমজরবা মীওই কয়াগী ময়ূম-মকৈ মৈ থাদোকপীখ্রে। মীওই কয়া অমনা মশাগী মরমদমদা রিফ্যুজি অমগুম্না লৈনরি। ইরমদম অসি ঙসিদি মীকপ-মীরাওখোলনা থল্লবা লৈবাক অমা হায়বদু ওইরে। অসিগুম্বা তংদু লৈতাদ্রবা মৈত্রবাক অসিদা হান্নগুম ঈংনা চিক্না তংদু লৈতাবা ফীভম অমা পুরক্লবা হোৎনবদা অৱাং মায়কৈ ঙাক্লবগী থৌদাং লৌননবা অৱাং পানা তেঙ্গোল লাকপা লোয়শঙ হায়বসি হাংদোকখিবনি হায়রি।

হৈরোক্কী প্রেম ধারাগী ওফিসতা চেঙ্গুম থাবগী ত্রেনিং প্রোগ্রাম পাঙথোকখ্রে

ইম্ফাল, ফেব্রুৱারী ০৫ (ঐচ এন এস) : প্রেম ধারা অমদি লৌশঙ ফার্মরস প্রদ্যুসর কম্পেনি, বাশিখোং অনী পুন্না খূৎশম্নদুনা খুঙ্গংগী মীওইশিংদা শেন্থোক লৈবা চেঙ্গুমগী লৌমী অমা ওইনা শেমগৎলক্লবগী পান্দমদা ঙসি হৈরোক পার্ট-টু বজারদা লৈবা প্রেম ধারাগী ওফিসতা ত্রেনিং প্রোগ্রাম অমা পাঙথোকখ্রে।

থৌরম অদুদা চেঙ্গুম থাবগী লমদা মায় পাক্না চঙশিল্লিবা নিঙোম্বম চিঙ্খম্বনা হায়খিবদা, চেঙ্গুম থাবা হায়বসি পাঙ্গলগী থবক কা হেন্না শীজিন্নদনা য়াম্না লায়না ৱাদনা শেল তানবগী খ্বাইদগী খুদোংচাবা লম্বী অমনি। ঐখোয়না চেঙ্গুম থাদুনা শেন্থোক লৈবা লৌমী অমা ওইনা ঐগী চাউথোকচবগা লোয়ননা হিংবা য়ারে। লৈঙাক্কী থবক তৌহৌদ্রে হায়বগী নুংঙাইতবা ফাওনিংঙাই লৈত্রে। চেঙ্গুম থাবসিনা শেন্থোক হেনগৎহনবদা নত্তনা ঐখোয়গী ষ্টেটকী ইকনমিদসু অহোংবা অমা পুরকপদা চাউনা মতেং পাঙগনি হায়না মহাক্না মখা তাখি।

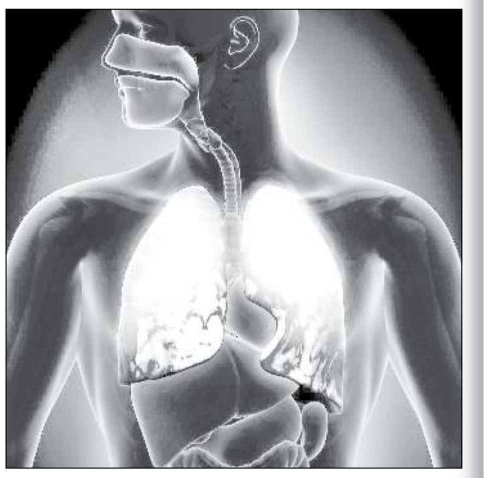
ঐখোয় করিগুম্বা চেঙ্গুম ফংদ্রে হায়রবদি হৈরোক্তা চৎলু শোয়দনা ফংগনি হায়বগী আশা অমদা ঐখোয় ময়াম পুন্না চঙশিনমিন্নরি হায়নসু ফোঙদোকখি।

প্রেম ধারাগী মেনেজিং ত্রষ্টি খুন্দ্রাকপম বিনান্দনা হায়খিবদা, প্রেম ধারা মীয়ামগীদমক্তা হকচাং ফনা, লাইশু খঙনা লাইরিক হৈবা অমদি খূৎ-শা হৈবা ময়াম অসিগা লোয়ননা পুন্না হিংমিন্নবা হায়বা থীমসিদা ত্রষ্ট অসি লিংখৎখিবনি। মসিনা ময়ামগী য়াইফনবা থবক থৌরমশিং পাঙথোক্লবা মতম চুপ্পদা শেম-শাদুনা লৈরে।

মহাক্না মখা তানা হায়খিবদা, প্রেম ধারা অসি ঐখোয় মশেল নুংশিনবগী ঈচেল অমা শেমগত্তুনা ঐখোয় খূদিংমক থোং মান্ননা অমনা অমগী মতেং পাঙনদুনা পুন্না চাওখৎমিন্নবা খুন্নাই অমা শেমগৎনবগী মঙলান অমগা লোয়ননা চঙশিল্লকপনি। মসিবু মায় পাকহনবা হায়বসি মীয়ামগী চাউরবা থৌদাং লৈ। মায় পাক্লবা শিন্মী ওইনবগী পান্দমগা লোয়ননা ত্রেনিং কয়া অমসু ময়ামগী মতেংগা লোয়ননা পাঙথোক্লবা হোৎনরি। ত্রেনিং অসিগী শরুক অমা ওইনা লোইশিল্লকপদা শরুক য়াখিবশিংদা চেঙ্গুম থাবগা মরী লৈনবা প্লাষ্টিক অমদি চেঙ্গুম মরূ য়েন্থোকখি।

লংস মপাঙ্গল কন্না লৈহন্নবা

হোৎনবদা ঐখোয়না চাবা য়াবা অমদি চারোইদবশিং



হকচাং ফনা লৈবনা খ্বাইদগী ফবা লন্নি হায়বা ঐখোয় খুদিংমক্না খঙই। অদুবু মতমগী মতুংইন্না অমদি চাওখৎলকপগী মতুংইন্না মীওই অয়াম্বা থবক চিনবগী চাংসু নোংম-নোংমগী হেনগৎলক্লি। মসিনা মরম ওইরগা মতম কন্নবা হোৎনরকপদা হোটেল অমদি দুকানদা হান্ননা শেম শাদুনা থল্লবা অমদি মতম কুইনা লীদুনা থল্লবা পেকেটকী ওইবা চান-থক্লবশিং চাবগী চাংসু হেনগৎলক্লি। মসিনা মরম ওইরগা ঐখোয়গী হকচাং শোকহল্লক্লবা অচৌবা মরম অমা ওইরকই। মসিগী মথক্তা অঙৈং-অশাগী খল কায়থরকপা অমদি নুংশিৎতা হকচাং শোকহনবা য়াবা মচল য়াওবগী চাংসু হেনগৎলক্লি।

নুংশিৎ কা হেন্না মোৎশিল্লকপনা মরম ওইরগা ঐখোয়না নুংশা শ্বর হোনবদা চাওনা নুংঙাইতবা অমদি খুদোংচাদবশিং থোকহল্লি। ঐখোয়না শ্বর হোনবা মতমদা নুংশিত্তা য়াওবা ফত্তবশিং লৌথোকপগী থবক তৌরিবা লংসতা মসিনা চাওনা অকায়বা পীরকপগা লোয়ননা কেন্সরগুম্বা মখলগী লায়নাশিং পোকহল্লকই। হায়রিবা লায়না মখল অসি মীওইবগী পুন্সি তেমশিংনরিবা লায়না মখল অমনি। মরম অদুনা মসিদগী ঐখোয় য়াম্না চেকশিনগদবনি। লংস খক্তা নত্তনা হকচাংগী কয়াৎশিংদা মখল অমত্তগী লায়নাশিং নাহল্লক্তনবা হোৎনবা হায়বসি য়াম্না মরুওই। ঐখোয়না চারিবা মতমগী চীঞ্জাকশিং অসিনা লংস খক্তদা শোকহনবদগী হেন্দোক্তুনা দাইবেটিস অমদি থম্মোয়গী ওইবা লায়না মখল কয়া নাহল্লক্লবা অচৌবা মরম অমসু ওইরিবনি। হায়রিবা লায়নাশিং অসি ঐখোয় মীওইবদা চাওনা শিংনরিবা লায়না মখল ঙাক্তনি। মরম অদুনা ঐখোয়গী হকচাং ফনা মতম পুম্বদা লৈহন্নবা হোৎনবদা চাবা থকপা য়াম্না চেকশিনগদবনি। চাবা থকপা চেকশিন্দবা মীওই অমনা কৈদৌনুংদা মশা-মউ ফনা লৈবা ঙম্লোই হায়বসি মতম পুম্বদা ঐখোয়না কাউরোইদবনি।

অমরোমদা ঐখোয়গী হকচাং কয়াৎশিংগী মনুংদা মরুওইবা হকচাংগী থৌদাং লৌরিবা লংসপু মশা মউ ফনা লৈহন্নবা হোৎনবদা ঐখোয়না চারিবা চীঞ্জাকশিং অসিগী মথক্তা অহেনবা দাইট খরা হাপচিনবা মথৌ তারি। মরুওইনা ভিটামিন, মিনরেল অমদি এন্টিওক্সিদেন্টশিং মরাং কায়না য়াওবা চিঞ্জাকশিং চাগদবনি। হায়রিবা চিঞ্জাকশিং অসি ঐখোয়না সুপর ফূদ হায়রগসু খঙনৈ। ঐখোয়গী হকচাংবু ফনা লৈহনবদা মতেং পাংবা অমদি লংসপু মপাঙ্গল কন্না লৈহন্নবগীদমক ঐখোয়না চাবা য়াবা সুপর ফূদ খরগী মতাংদা হৌজিক ঐখোয় খঙমিন্নরিসি।

১)এন্টি ওক্সিদেন্ট অমসুং এন্টি ইনফ্লেমেটরি চাং য়াম্না য়াওবা চিঞ্জাকশিংগী মনুংদা অমা হায়রগদি ঐখোয়গী অকোয়বদা মরাং কায়না অমদি য়াম্না হোংনা ফংলিবা পালংশাক অসিসু অমনি। পালংশাক অসি মালেমগী ওইনা খ্বাইদগী হেন্না ফবা মনা মশিং অমনি হায়নরিবনি। পালংশাক চাবনা ক্রোনিক ওবষ্ট্রক্টিবপুলমোনরি দিজিজ (সী ও পি দি) হন্থহনবদা চাওনা মতেং পাংবগা লোয়ননা রেস্পিরেটরি কন্দিসনসু ফনা লৈহনবা ঙম্মী। পালংশাক অসি ভিটামিন সী মরাং কায়না য়াওবনা মরম ওইরগা লংসনা মথৌ ফজনা তৌহনবদসু চাওনা মতেং পাংই।

২) ঐখোয়না নুমিৎ খুদিংগী নৎত্রবসু থাউ ঙৌবা চাক এঞ্জাং থোংবা মতমদা চনম অসি কম্মন ওইনা অদুম্মক শিজিন্নৈ। অদুবু চনমনা হকচাংদা করি কান্নবা পীবগে হায়বদুদি থিজিল্লুদে। নোংমগী চনম মনাও ২/৩ চাবনা হকচাংদা কান্নবা পী হায়বা মীয়াম্না হায়নবদগী তারবসু মতৌ করম্না কান্নবা পীবগে হায়বদুদি খঙদে। চনমদা ঐখোয়গী ইম্যুন সিষ্টেম মপাঙ্গল কনখৎহনবা ঙম্বা মচল কয়া য়াওই। মসিনা মরম ওইরগা ঐখোয়গী হকচাংদা ইনফ্লেমেসন থোকপগী চাং হন্থহনবগা লোয়ননা রেস্পিরেটরি সিষ্টেমগী মপাঙ্গলসু কনখৎহল্লি।

৩) অশংবা মনা মশিংগী মনুংদা ব্রোকোলি অসি ঐখোয়না মতম পুম্বদা নীংশিংগদবনি। ব্রোকোলি অসি ন্যুট্রিয়েন্টশিংগী পৱার হাউস হায়রগসু খঙনৈ। ব্রোকোলি চাং নাইনা চাবনা লংস কেন্সর তৌহল্লক্কদবদগী ঙাকথোকপা ঙম্মী। মসিগী মথক্তা য়াইঙং অমসুং শিংসু য়াম্না কান্নৈ।

অমরোমদা ঐখোয়না লংস মপাঙ্গল কন্না লৈহন্নবা হোৎনবদা চারোইদবা চীঞ্জাক খরগী মতাংদসু ঐখোয় খঙজিনবদা শোয়দনা কান্নগনি হায়না খল্লি। মরমদি মসি ঐখোয়না চাবা থকপা মতমদা চেকশিন থৌরাং লৌখৎপা য়ানবনি।

১) থুম কা হেন্না য়াওবা চিঞ্জাকশিং য়ারিবমখৈ ঐখোয়না চারোইদবনি। মরমদি থুম কা হেন্না য়াওবা চিঞ্জাক চাবা মতমদা ফ্লুইদ রিটেন্সন থোকহল্লি। মসিনা মরম ওইরগা ইনফ্লেমেসন থোকহল্লি অমদি শ্বর হোনবদা নুংঙাইতবগী থৌদোকশিং থোকহল্লি। খুদম ওইনা হায়রবদা মতম শাংনা লীদুনা থল্লকপা চিঞ্জাকশিং অসি য়ারিবমখৈ চারোইদবনি। মরমদি চীঞ্জাকশিংসি মতম শাংনা লীদুনা থম্নবা হোৎনবদা থুম অসি মরাং কায়না শিজিন্নৈ। মরম অদুনা ঐখোয়না লংস মশা-মউ ফনা লৈহন্নবগীদমক তগৎ তগৎ তেকপা থুম কা হেন্না হাপ্তুবা চিঞ্জাকশিং চানবা হোৎনগদবনি।

২) সোদা অমদি সুগরগী চাং য়াম্না য়াওবা মহিশিং য়ারিবমখৈ ঐখোয়না থক্লোইদবনি। মরমদি ঙল্লিঙৈ মতমদগী হৌনা সুগরনা কেন্সর থোকহনবা ঙম্মী হায়বসি ঐখোয় খুদিংমক্না খঙনরবা ৱাফমনি। মসিগী মরমদি কেন্সর সেলশিং অসি গ্লুকোসনা য়োক্তুনা থম্বা ঙম্মী। মসি হায় হায়দুনসু ঐখোয়গী হকচাংনদি গ্লুকোস মথৌ তাই। মরম অদুনা সুগর য়াওবা চিঞ্জাক চাবা মতমদা ঐখোয়না চেকশিনবা মথৌ তাই। মরুওইনা সোদাদি য়ারিবমখৈ শিজিন্নদবনা ফৈ। মসিনা ওবেসিটি, দাইবেটিস অমদি কেন্সরনচিংবা ফোর্ম তৌহল্লকপা য়াই অমদি লংসতা অকায়বা থোকহল্লকপা য়াই।

আর্টিকল অসি রিলাইএবল সোর্সতা য়ুম্ফম ওইরগা ফোঙবনি, অদুবু মসিনা মেদিকেল প্রোফেসনেলশিংগী পাউতাককী মহুৎ শিন্নবা হোৎনবদি নত্তে

ইম্পেক্ট ওফ সংস্কৃত শাস্ত্রস ইন মণিপুরী সোসাইটি হায়বা হীরমদা সেমিনার পাঙথোকখ্রে

ইম্ফাল, ফেব্রুৱারী ০৫ (ঐচ এন এস) : রাধা মাধব অদর্স সংস্কৃত মহাবিদ্যালয়া (আর এম এ এস এম), নম্বোল মণিপুরনা ইম্পেক্ট ওফ সংস্কৃত শাস্ত্রস ইন মণিপুর সোসাইটি হায়বা হীরমসিদা নোংমগী ওইবা ষ্টেট লেভেল সেমিনার অমা নম্বোলদা পাঙথোকখ্রে হায়না ওর্গনাইজিং কম্মিটিগী কনভিনরনা থাদোরকপা চেরোল অমনা ফোঙদোরক্লি।

ঙসি পাঙথোকখিবা সেমিনার অদু সেন্ত্রেল সংস্কৃত য়ুনিভর্সিটি ন্যু দেল্লিনা স্পোন্সর তৌবনি। হৌদোকপগী থৌরমদা অথোইবা মীথুং ওইনা মণিপুর লৈঙাক্কী রিটায়র্দ দেপ্যুটি সেক্রেটরি সী ঐচ গোপালমচানা শরুক য়াখি। রাধা মাধব অদর্স সংস্কৃত মহাবিদ্যালয়াগী প্রিন্সিপাল ৱাই জুগেশ্বরনা থৌরম মপু ওইখি।

সেমিনার অদুগী মোদরেটরনা সংস্কৃত ভারতি মণিপুর প্রান্টগী প্রসিদেন্ট শিজগুরুময়ুম বেদেশ্বর শর্ম্মনা ওইরগা রিছোর্স পার্সন ওইনা শরুক য়াখিবশিংদি আর এম এ এস এমগী অসেম ওপেন্দ্রো মৈতৈ জ্যোটিস দিপার্টমেন্ট, এম নিলিমা হ্যুমেনিটিজ দিপার্টমেন্ট (সোসিওলোজি), আর এম এ এস এম, থোংবম প্রেমজিৎ মীতৈ পাঞ্জি শংলাকপা এল এস টি বি ইম্ফাল, আর এম এ এস এমগী হুইরেম সুশিলা সাহিত্য দিপার্টমেন্ট, ঐচ ইন্দ্রকুমার শর্ম্ম জ্যোটিস দিপার্টমেন্ট, এম অনন্দি সাহিত্য দিপার্টমেন্ট, ঐচ রঞ্জিৎ ব্যাকরণ দিপার্টমেন্ট, সৌবাম বুধ তানয়ৈহঞ্জবা জি টি বি ইম্ফাল অমসুং এস অহনবী প্রসিদেন্ট কে সী বি ইম্ফাল হায়রিবশিং অসিনি।

ইনকম টেক্সকা মরী লৈননা নোংমগী ওইবা নেসনল ৱার্কশোপ পাঙথোকখ্রে

ইম্ফাল, ফেব্রুৱারী ০৫ (ঐচ এন এস) : ৱাইখোম মনি গার্লস কোলেজ, থৌবাল ওক্রমগী সেমিনার হোলদা নোংমগী ওইবা ৱার্কশোপ অমা 'ইনকম টেক্স ওন সেলেরি: আই টি আর ফিলিং এন্দ রিফন্দ ক্লেমস' হায়বা হীরমসিদা পাঙথোকখ্রে।

ৱার্কশোপ অদু ৱাইখোম মনি গার্লস কোলেজগী দিপার্টমেন্ট ওফ মেথমেটিক্সনা ইনকম টেক্স দিপার্টমেন্ট ইম্ফালগা খূৎশম্ননা শীন্দুনা পাঙথোকখিবনি। ৱার্কশোপ অদু হৌদোকপগী থৌরমদা ইনকম টেক্স ইম্ফালগী দেপ্যুটি কম্মিস্নর হরিদাস রাজকুমার, ইনকম টেক্স ওফিসর ৱার্দ টু ইম্ফাল ৱাই ইবোমচা, ইনকম টেক্স ওফিসর ৱার্দ থ্রী ইম্ফাল পি ঐচ গিরি, ইনকম টেক্স ওফিসর ভেরিফিকেসন য়ুনিট ইম্ফালগী এল রামচরন, ৱাইখোম মনি গার্লস কোলেজ থৌবালগী প্রিন্সিপাল প্রো. ঐচ মনোরঞ্জন শর্ম্মা অমদি এসিষ্টেন্ট প্রোফেসর কে এস ঐচ রাজেন্দ্রনা দেজ মেম্বরশিং ওইনা শরুক য়াখি।

থৌরমগী মনুং চন্না ভেরিফিকেসন য়ুনিটকী ইনকম টেক্স ওফিসর (আই টি ও) এল রামচরননা ইন্ট্রদক্টরি স্পিচ পীদুনা হৌদোকখিবা টেক্নিকেল সেসন্দা ইনকম টেক্স দিপার্টমেন্ট ইম্ফালগী রিছোর্স পার্সন কয়ানা 'ওভর ভিয়ু ওফ ইনকম টেক্স এন্দ কালক্যুলেসন সেলেরি ইনকম এন্দ টেক্স', 'ফ্রউদ্যুলেন্ট ক্লেম ওফ রিফন্দ এন্দ অদর্স', 'ওভর ভিয়ু ওফ অনএক্সপ্লেন্ট মনি' হায়বা হীরমশিং অসিদা ৱা ঙাংখি অমদি ইন্টরেক্সনগী থৌরমসু পাঙথোকখি।

অথোইবা মীথুংগী ৱারোল পীরদুনা ইনকম টেক্স ইম্ফালগী দেপ্যুটি কম্মিস্নর হরিদাস রাজকুমারনা, ইনকম টেক্স হায়বসি য়াম্না টেক্নিকেল ওইবা অমদি কমপ্লেক্স ওইবা এক্ট অমনি হায়রদুনা মসিগী মতাংদা পুন্না খঙমিন্ননবগীদমক অসিগুম্বা সেমিনার অসি ৱাইখোম মনি গার্লস কোলেজগা শীনমিন্নদুনা পাঙথোকপা ঙম্বা অসিগীদমক মহাক্না নুংঙাইবা ফোঙদোকখি।

লম্লাই কেন্দ্র ভিলেজ ভোলন্টিয়র্স ফোর্সতা শেলগী মতেং পাঙখ্রে

ইম্ফাল, ফেব্রুৱারী ০৫ (ঐচ এন এস) : হৌখিবা চহীগী মে ৩দগী থোক্লক্লিবা ঈরাং অসিদা ইম্ফাল ইষ্ট দিষ্ট্রিক্টকী মনুং চন্না লৈবা লম্লাই মায়কৈবু কুকি মিলিটেন্টশিংনা লান দারকপদগী থৱায় খুবাক্তা হাপ্তুনা লান্থেংনরিবা লম্লাই কেন্দ্র ভিলেজ ভোলন্টিয়র ফোর্স (এল কে ভি ভি এফ)তা ঙরাং নাওরেমথোং শামুশঙদগী ৱাখল মান্নবা মরুপ-মপাং খরা পুনশিন্দুনা অঙম-অঙম্বা শেল খায়নদুনা শবুংখোক্তা লৈবা লম্লাই কেন্দ্র ভিলেজ ভোলন্টিয়র্স ফোর্সকী ওফিসতা চৈঙাক চৈশু লূপকী মেম্বরশিংগা লোয়ননা থোকচোম থোইবা অমসুং মখোয়গী অপূনবা গ্রুপনা শেল ওইনা লুপা লিশিং ১০ মতেং পাঙখ্রে।

মতেং পাঙবা অদুগা মরী লৈননা লম্লাই কেন্দ্র ভিলেজ ভোলন্টিয়র ফোর্স (এল কে ভি ভি এফ)কী কম্মান্দর অঙোম ইমোনা, এল কে ভি ভি এফ অসিবু নুংশিবীবা অমসুং মখোয়না তৌজরিবা থবকশিং অসিবু উবীদুনা মতেং পাঙবা লাকপীখিবা থোকচোম থোইবগী গ্রুপপু থাগৎপা ফোঙদোক্লদুন লমদমসিদা কুকি মিলিটেন্টশিংনা খঙহৌদনা লান্দারক্তুনা মণিপুর অপূনবগী শক্তম্মদা চাউনা শিংনরক্লি। মসিদা লান্থেংনরিবা খুল ঙাক্লিবশিংবু পূক্নিং থৌগৎপীবা অমদি হীরম কয়াদা মতেং পাঙবীরকপা হায়বসি হায়নিংঙাই লৈতনা নুংঙাইবা ফাওই। মখা তানা হৌজিক চঙশিল্লিবা খোঙজং অসি হনবা লৈতনা চঙশিনখিগনি অমসুং শোয়দনা মায় পাকপা ঙমগনি হায়নসু মহাক্না মখা তানা ফোঙদোকখি।

এন ঈ পিগী মতাংদা কনক্লেভ প্রোগ্রাম

ইম্ফাল, ফেব্রুৱারী ০৫ (ঐচ এন এস) : ওল মণিপুর রেকগ্নাইজদ প্রাইভেট স্কুলস ৱেলফেয়র এসোসিএসন্না সিংহানিয়া এদ্যুকেসন সর্ভিস লিমিটেদকা খূৎশম্নরগা ন্যু এদ্যুকেসন পোলিসী (এন ঈ পি)গী মতাংদা নোংমগী ওইবা কনক্লেভ প্রোগ্রাম অমা পাঙথোকখ্রে।

হোটেল ইম্ফালগী সঙাই হোলদা পাঙথোকখিবা থৌরম অদুদা বোর্দ ওফ সেকেন্দরি এদ্যুকেসন মণিপুরগী সেক্রেটরি ডা. এস মঙ্গিজাওনা অথোইবা মীথুং ওইখি। ওল মণিপুর রেকগ্নাইজদ প্রাইভেট স্কুলস ৱেলফেয়র এসোসিএসনগী প্রসিদেন্ট দোরেন খা ঙানবনা থৌরম মপু ওইখি। চীফ একাদেমীক ওফিসর সিংহানিয়া এদ্যুকেসন সর্ভিস লিমিটেদ রেমন্দ ফর্নান্দেজ অমদি ওল মণিপুর রেকগ্নাইজদ প্রাইভেট স্কুলস ৱেলফেয়র এসোসিএসনগী এদভাইজর নামোইজম তোম্বনা ঈকায় খুম্নরবা মীথুংশিং ওইনা শরুক য়াখি। এন ঈ পিগী মখাদা য়াওরিবা হোলিষ্টিক দিভেলপমেন্ট, ক্রিটিকেল থিঙ্কিং অমদি টেক্নোলোজিগী মনুং চন্না ওদিও ভিজুয়েল ক্লাসকী মতাংদা লেকচর সেসন য়াওনা ইন্টরেক্টিভ সেসনশিং মপুং ফানা পাঙথোকখি হায়রি।

[illegible]

[illegible]

ꯌꯨꯝ ꯁꯤꯡꯖꯔꯤ/য়ুম চিংজরি

চহী কয়াগী মমাঙদগী লেপ্তুনা হোৎনজরিবা য়ুম, শঙ্গোয়, কৈ-কোৎ চাউরবা মান্দোপনচিংবা কয়া অসি মমায় লৈথোক-লৈশিন উগী য়ুম মফম নেম্না লৈবশিংবু ৱাংনা থাঙ্গৎনিংবনচিংবা অসি অচৌবা-মচা খায়দনা মপোৎ য়াম্না চঙহন্দনা অমদি মী ৩/৪ দনা থবক শুবা ঙম্মী। কনাগুম্বনা তৌবীনিংবা লৈরবদি মখাগী অসিদা পাউ পীবীরকউ।

Sd/- **Bisho Heirok**

HL-P/9496/6 **Phone No. 9856356889, 8837230047**

দুকান শাঞ্জরি

য়াইস্কুল পুলিস লেন্দদা লৈবা দুকান মথক্কী কা অহাঙবা মরি শাঞ্জরি। পাম্বীবা মীওইশিংনা মখাগী পীজরিবা কন্টেক্ট নম্বরশিং অসিদা পাউ ফাওবীরকউ।

HL-P/9492/5,6,7 ***Contact details : 8414969842, 9612686619***

ঙসিগী রাশি ফল

অইবা : ডো. ৱাংখেম জীবোল সিংহ
এসিষ্টেন্ট প্রোফেসর (বাইওষ্টেট) জেনিমস
চীংমৈরোং, ইম্ফাল।

তাং ৬।০২। ২০২৪ ইং, লৈবাকপোকপা; নুংথিল পুং ৪.০৮ ফাওবা ৱাকচিংগী ২৬নি পাল্লি, মতুং ২৭নি পাল্লনি।

মেষ: পাইরক্কী লৌশিং চাউবা, লেংদবা লন চাওখৎপা, মীয়ামগী মতেং ফংবা, ইমুং-মনুং ৱাখল তান্নবা নুমিৎনি। চরাংনরদি মীপাইগনি।
লৈশা পাখংগী- মরী ফৈ।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙৌবা/শঙ্গোম

বৃষ: মিংচৎ তানবা য়াগনি, থৌনা হনগনু-লাই-গুরুনা চানবীগনি, নচা-ননাইগী য়াইফগনি। খূৎ চাউবদি মতাং চারোই-খন্থৌ।
লৈশা পাখংগী- হায়জবদি তাবীগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙৌবা

মিথুন: লাইবক ওন্থোক্না ফগনি, নরলসু থোইনা চাওখৎকনি, তাকপী-তম্বীবা ঙম্বা লৌশিং লৈগনি। নথক থোংবগদি য়েৎনরুনু।
লৈশা পাখংগী- নুংশিবা ফংগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

কর্কট: হকচাং নুংঙাইরনি, নীংবা মপা চারনি অমদি অনৌবা থৌরমদনা হেন্না চাওখৎকনি। লমচৎ কাম্বা মী লোয়নরদি ফররোই।
লৈশা পাখংগী- লাইবক ফরনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

সিংহ: হকচাং নুংঙাইবা হেনগনি, মরুপ-মপাংগা মতেং লৌনবা য়ারনি, নথক থোংবনা চাল্লনি। অকল-অথৌগী থবক্তা মায় পাক্কনি।
লৈশা পাখংগী- নীংবা মপা চারোই।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙৌবা/শঙ্গোম

কন্যা: য়েৎনবদদি ঙম্বীনবা লৈরোই, থিবা হুম্বগী কান্নবা ফংগনি, য়েক্লবনা কিগনি। ফিংলদি শোক্কনি, ৱাঙাং হৈত্রদি চোপকনি।
লৈশা পাখংগী- ওইজবতা খনগনু।
থৌনি পোৎলম: লৈ/চিনি অঙাঙবা

তুলা: থবক পাঙগনি, পাউ নুংঙাইবা তাগনি, অনৌবা মরুপ ফংগনি, লৌশিং হেনগৎকনি। থিব-হুম্বা কন্দ্রদি নখা থাবনদি য়েৎকনি।
লৈশা পাখংগী- মায় পাক্কনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

বৃশ্চিক: পাইরক্কী লৌশিং চাউই-খুদক্কী ৱারেপ লৌবা য়াগনি। মী অয়াম্বনা তেংবাঙবীগনি-ৱারুনু। লমচৎ কাম্বা মীদি লোয়নগনু।
লৈশা পাখংগী- নুংশি মরী হান্নগুম ফৈ।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

ধনু: খন্থরগা পাঙবা থবকশিং মায় পাকপা, ওইজবা ফংবা নুমিৎনি। অদুবু ৱা য়াম্না ঙাংলবা, অশাওবা লোয়নরদি নরল মাঙহঞ্জগনি।
লৈশা পাখংগী- ৱাখল নুংঙাইগনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙাঙবা

মকর: লৌশিং থোকপা ৱাৎপনা য়েৎনবদা মাঙজবা, করিসু নত্তবদা চোপ্পা য়াবা লৈ-ৱাঙাং চেকশিল্লু। অখঙ-অহৈগী ৱা লৌ।
লৈশা পাখংগী- লাইবক লৈতে।
থৌনি পোৎলম: লৈ/চিনি অঙাঙবা

কুম্ভ: মীতোপ শুংথা থাজগনু, অরোন অথুপ ঙাংথোক্কনু-নক্লবনা শেন্নৈ। ওইজবা খরদি ফংগনি, মরুপ অমদি লাই-গুরুনদি চাল্লি।
লৈশা পাখংগী- চাউনা মায় পাক্কনি।
থৌনি পোৎলম: লৈ হিগোক

মীন: নচা-ননাইগী কোক শাবা খরা লৈগনি। লোয়নবনদি থোইনা তেংবাঙবিগনি, মাঙলোমদা চঙশিল্লু মায় পাকপা নক্না লৈরে।
লৈশা পাখংগী- নুংশিবনা চাল্লি।
থৌনি পোৎলম: লৈ অঙৌবা

থৌনি পোৎলমশিং অসি ইশানা নীংজবা লাইদা কৎপীয়ু মহয় ফংগনি।